

李亚平“双心同调”治疗高血压合并焦虑状态之经验

郑含笑¹ 李宏春² 白心澜² 丁超¹ 金宇梦¹ 全路萍¹

(1.浙江中医药大学第二临床医学院,浙江杭州310053;2.浙江省立同德医院,浙江杭州310012)

指导:李亚平

摘要 现代医学中的双心医学是由心血管医学与精神心理医学交叉综合形成的学科。中医学并无双心疾病的说法,但“双心”的理念早已存在。李亚平教授基于“心主神明”“心主血脉”论断,提出“双心同调”的治疗思路,即治血脉之病需兼顾调治心神,而疗情志之疾亦多兼调血脉,临床以此作为心血管疾病的辨治常法治疗高血压合并焦虑状态,收效颇佳。附验案1则以佐证。

关键词 双心同调;高血压;焦虑状态;名医经验;李亚平

高血压是最常见的心血管疾病之一,病程迁延反复,可诱发冠心病、脑卒中等多种疾患。本病目前尚无特效根治法,患者需要长期服药治疗,大大影响了生活质量,且易产生紧张、焦虑、抑郁等负性情绪。不良的精神心理状态又会导致血压波动,使患者血压无法平稳控制,由此形成恶性循环。现代医学把此类与不良情绪或心境相关的心血管躯体症状,伴或不伴器质性心血管疾病的情况归为“双心疾病”范畴^[1-2]。中医学虽无“双心疾病”这一概念,但早有与“双心”相关的理论,如《内经》云:“心主血脉”,“心主神明”,“诸血者,皆属于心”,“心者,君主之官也,神明出焉”,均说明心在行使“主血脉”功能的同时,兼具调节精神情志的作用。“心主血脉”与“心主神明”在生理上相互依存、相辅相成,在病理上互为因果、相互影响。

李亚平教授系第二批全国优秀中医临床人才,浙江省名中医,从事中医临床及科研教学工作30余载,临证经验丰富,尤擅治心脑血管疾患、情志病等。李师基于“心主神明”“心主血脉”理论,提出了“双心同调”的临床思路,即治血脉之病需兼顾调治心神,而疗情志之疾亦多兼调血脉,以此作为心血管疾病的辨治常法,验之临床,确能提高疗效。现将李师“双心同调”治疗高血压合并焦虑状态之经验介绍如下。

1 通脉所以安神

血液对脉管压力的增高是高血压最直接的病理变化。脉为气血运行的通道,所谓“壅遏营气,令无所避”。有学者基于《灵枢·胀论》“脉大坚以涩者,胀也”的认识,提出以“脉胀病”命名高血压^[3]。李师认为,本病的核心病机,无外乎阴阳失和、气血不畅以致血脉不通。《灵枢·本神》言:“心藏脉,脉舍神”,高

血压患者常伴发情志不调的情况。高血压合并焦虑状态的患者常因情志不遂,气机失畅,津液不布,津酿为痰,血停成瘀,血脉不畅,神无所倚。李师认为,人之气血和调、血脉通利有益于情志条畅、精神充沛。若因气滞、痰阻、血瘀等导致血脉不运,血行不畅,则心失所养,神无所居,故表现为心神不宁、焦虑不安、心烦不寐等。对此,主用疏通血脉之法以调情志、安心神,倡言“通脉即所以安神”。古有血府逐瘀汤、黄连温胆汤治疗血瘀、痰热之失眠,李师临证多用益母草、夏枯草、胆南星、郁金、地龙、土鳖虫之类,借其化痰、祛瘀之力,达通脉和血、养心安神之效。尤喜用益母草一味,《本草纲目》载其有治“血晕、血风、血痛”之功,《本草求真》言其“味辛则于风可散、血可活;味苦则于瘀可消、结可除”,认为本品不仅主入血分、活血利水,还可散血脉之风热,除脉胀降血压,利血脉解郁毒,配合诸药,俾“血脉和利,精神乃居”,心神自安。

2 和营不忘调气

《灵枢·营卫生会》曰:“营行脉中,卫行脉外,营周不休……阴阳相贯,如环无端。”血行脉中而环周不休,有赖于气之推动与固摄作用,故云“气为血帅”“血为气母”。若气血不和、营卫失调,则变生百病。情绪的波动可导致人体气机的改变。《素问·举痛论》有言“怒则气上”“喜则气缓”“悲则气消”“恐则气下”“惊则气乱”“思则气结”,气机的失调可致血行失常,甚至逆乱,进而影响脏腑功能,变生诸疾。李师认为,高血压合并焦虑状态患者多为气营共病。盖病于情志不调者,气多为舛,或虚而不摄,或滞而不畅,或亢而为害,甚者气郁成火,肝火灼津,阴血受损,血脉失濡,导致血压居高不下,甚至变生他病。高血压日久,营

血暗耗,心神失养,又可加重焦虑、惊悸、心烦、不寐等。故临证需调气和营兼顾,务求气血同调。可在辨证基础上,酌予太子参、白芍、白蒺藜等,增加调气和营之功。其中,白蒺藜转入肝经,性平不温,为肝之血药,既善生发肝气,又擅柔养肝阴,有升有降,亦刚亦柔,是调肝解郁、行气和营之妙品,常用以替代柴胡。

3 益阴乃能和阳

“阴在内,阳之守也,阳在外,阴之使也。”阴阳失衡,而致五脏生克制化紊乱。高血压合并焦虑状态患者常因忧思焦虑而致心血暗耗,心失所养,神无所依,表现为心神不宁;而营阴亏虚,无以制阳,遂致阴虚阳亢,血压偏高。又如,本病日久,多致肝肾不足。肾阴为一身阴液之根本,久病精血亏耗,阴液不足,有形之阴水既亏,则无形之相火僭越,以致魂魄不守,心神不宁;乙癸同源,肾阴不足,水不涵木,常致木火偏旺,邪热扰心;或水火不济,心肾不交,心神不安。可见,高血压合并焦虑状态的核心病机,归根结底仍为阴阳失和。《素问·至真要大论》有云:“谨察阴阳所在而调之,以平为期。”李师认为,临证之时,须以燮理阴阳为要,使阴阳复归于平衡。而燮理阴阳之法,则在于阴中求阳、阳中求阴。如一味用大量重镇潜降、镇静安神之品,其降压及安神疗效往往并不理想。故主张用益阴和阳之法,使阴阳交通、水火相济。每于滋水养阴药中,少加菟丝子、巴戟天、杜仲等甘温益元,入远志交通阴阳,佐酸枣仁、合欢皮、首乌藤、柏子仁、茯神等养心安神,往往获效更佳。而对于阴虚阳亢明显,焦虑不安者,可稍加益阴潜阳之品,如龙骨、牡蛎、珍珠母、紫贝齿等,此即“阴平阳秘,精神乃治”之谓。

4 验案举隅

宋某某,男,47岁。2021年6月6日初诊。

主诉:发现高血压3年,伴头晕头痛、情绪焦虑1个月。患者有高血压病史3年,长期服用降压药物,未能规律监测血压。近1个月时有头晕、头痛,疲劳时加重,夜寐欠安,多梦易醒,情绪焦虑,悲观低落,曾于当地医院就诊,建议服用抗焦虑药物,患者拒绝。近1周来病情加重,夜不能寐,精神紧张,就诊期间测血压150/100 mmHg(1 mmHg≈0.133 kPa)。刻诊:面色少华,情绪低落,气短懒言,舌质暗、苔白厚,右脉弦紧。辨证属肝肾阴虚,血瘀络阻。治拟滋阴柔肝,通利血脉,兼以宁心安神。予母子降压汤化裁。处方:

益母草30g,地龙9g,合欢皮20g,郁金20g,珍珠母30g(先煎),知母9g,决明子30g,车前子12g(包煎),菟丝子12g,浙石斛9g,酸枣仁12g,钩藤30g(后下),夏枯草30g,豨莶草30g,首乌藤15g。14剂。每日1剂,水煎,分2次服。

2021年6月20日二诊:血压较前平稳,波动于120~140/70~90 mmHg,夜寐改善,但仍有早醒,偶有头晕,舌质偏暗、苔白略厚,脉弦细。予初诊方加远志9g,继续服用2周。

2021年7月4日三诊:血压平稳,焦虑不安好转,头晕头痛未发作,舌暗苔白,脉细弦。继续予二诊方加减治疗1月余,血压趋稳,焦虑缓解,夜寐转安,诸症均减,病情稳定。

按语:本案患者情绪焦虑,肝失疏泄,气机郁结,郁而化火,火扰心神,血脉失和,故见血压欠稳;神不安藏,故现失眠、多梦等症。进而肝阴内损,肝风内扰,表现为头晕头痛,易感疲劳。治疗应把握高血压、情志焦虑的主要矛盾,以通脉调神、益阴和阳为主,随症加减。母子降压汤为李师经验方。方中以益母草、地龙为君,益母草专入血分,功能活血利水,行血而不伤新血,养血而不滞血,能消血脉之胀,地龙清心通络,走窜脉络,二者共奏活血通脉和络之功,契合《灵枢·胀论》“无问虚实,工在疾泻”之意。郁金、合欢皮入心肝经,活血行气解郁,共行脉中血气,珍珠母平肝,合决明子、夏枯草清肝,共为臣药;知母入肾清火而滋阴,浙石斛养阴生津而利血脉,车前子泻热通阳而利水,菟丝子补肾益元以助阳,首乌藤、酸枣仁柔肝养血以安神,豨莶草、钩藤平肝息风而通脉,共为佐药。二诊加远志交通阴阳。诸药合用,通脉安神,益阴和阳,双心同调,俾血脉通利,营气调和,阴阳平秘,则血压自稳,心神自安矣。李师还强调,对于高血压合并焦虑状态等“双心疾患”,在辨证施治的同时,还应配合情志疏导之法,帮助患者正确认识疾病,缓解不良情绪,促进病情恢复。诚如吴瑭《医医病书》所言:“详告以病所由来,使病人知之……婉言以开导之……使之心悦诚服,而后可以奏效……”

参考文献

- [1] 胡大一,于欣.双心医学[M].武汉:华中科技大学出版社,2008:1.
- [2] 中国中西医结合学会心血管病专业委员会双心学组.双心疾病中西医结合诊治专家共识[J].临床医学研究与实践,2017,2(11):201.
- [3] 王清海.高血压中医药治疗的困境与亟待解决的几个问题[J].中华中医药学刊,2016,34(4):775.

第一作者:郑含笑(1994—),女,硕士研究生在读,中医内科学专业。

通讯作者:李亚平,医学硕士,主任中医师(二级),硕士研究生导师。liyapin0186@vip.sina.com

收稿日期:2021-10-28

编辑:傅如海